



## **Pas på pastaen fra i går**

Abildgaard, Inger; Skibsted, Leif Horsfelt

*Published in:*  
Samvirke

*Publication date:*  
2017

*Document version*  
Også kaldet Forlagets PDF

*Citation for published version (APA):*  
Abildgaard, I., & Skibsted, L. H. (2017). Pas på pastaen fra i går. *Samvirke*, (10), 36-37.



# Pas på PASTAEN fra i går



Der kan være bakterier i ris og pasta fra dagen før. En sporedannende **bakterie kan vokse frem og danne giftstoffer**, når de kogte ris eller den kogte pasta gemmes

TEKST INGER ABILDGAARD OG LEIF SKIBSTED



**G**emmer du rester af ris eller pasta til næste dag? Hvis ja, så husk altid at nedkøle den varme ris og pasta straks. Nedkøling går hurtigst i små portioner, giv dem eventuelt et vandbad med iskoldt vand, så det går endnu hurtigere. Stil straks resterne i køleskabet. Ellers kan du risikere en madforgiftning med kvalme og opkastning, hvis du genbruger ris eller pastaen. Det kan komme mellem 1 og 5 timer, efter du har spist ris eller pasta fra dagen før.

Måske kender du allerede advarslerne om *Bacillus cereus* i ris. Mindre kendt er det, at pasta fra dagen før kan give problemer på samme måde som ris. Den sporedannende bakterie kan vokse frem og danne giftstoffer, når de kogte ris eller den kogte pasta gemmes. Hvis du vil gemme ris og pasta, er den hurtige nedkøling derfor vigtig, så kan du dagen efter spise resterne kolde i for eksempel en pastasalat. Hvis resterne skal bruges i en varm ret, skal de genopvarmes til mindst 75 grader, fordi bakterierne vokser mest mellem 15 og 50 grader.

**HAR FØRT TIL DØDSFALD.** Pasta, der først er blevet opbevaret ved stuetemperatur og derefter er blevet spist, har ført til dødsfald i blandt andet Belgien og Schweiz. I Schweiz døde i 1997 en 17-årig dreng af leversvigt efter at have spist genopvarmet pasta, som ikke havde været kølet ned. I 2009 i Belgien døde en 7-årig pige. Hun havde spist

pastasalat, der havde været gemt i køleskabet fra lørdag til mandag.

I Danmark rapporteres årligt om sygdomsudbrud forårsaget af *Bacillus cereus*. I 2016 var *Bacillus cereus* årsag til 2 procent af de rapporterede fødevarerborne sygdomsudbrud, viser tal fra Fødevareinstituttet. Norovirus var til sammenligning årsag til 36,7 procent, salmonella til 18,4 procent og campylobacter til 6,1 procent af de fødevarerborne sygdomsudbrud.

**KAN OVERLEVE BAGNING.** *Bacillus cereus*-sporer findes også i mel og kan overleve bagning. Vækst i brød og kager ses allerede efter 1-3 dage og kan føre til sygdom.

Det er derfor, konserveringsmiddel i brød kan være en god idé, for eksempel i toastbrød. Uden konserveringsmiddel er det klogt at bruge surdej.

Hvis du for eksempel selv bager store mængder, bør du fryse det brød ned, du ikke lige skal bruge, eller bruge surdej.

Brød bagt med surdej har lavere pH-værdi, og det forsinket eller forhindrer bakteriesporer i at vokse. *Bacillus cereus* har også dårligere vækstbetingelser i brød med lavt vandindhold.

Andre arter af *Bacillus cereus* kan give ulækkert brød ved opbevaring. Brødets indre bliver slimet og lugter grimt. Bryder man brødet, kan man trække lange tråde. Spis aldrig brød med trådtræk. ☹

## Sådan skal du behandle ris og pasta

- Del madresterne med ris og pasta op i små portioner, køl dem ned med vandbad, så er der ekstra sikkerhed for, at nedkølingen sker hurtigt.
- Sæt rester af ris og pasta i køleskabet, inden der er gået en halv time.
- Hvis resterne skal indgå i en varm ret, skal de varmes op til mindst 75 grader.



# Pas på PASTAEN fra i går



Der kan være bakterier i ris og pasta fra dagen før. En sporedannende **bakterie kan vokse frem og danne giftstoffer**, når de kogte ris eller den kogte pasta gemmes

TEKST INGER ABILDGAARD OG LEIF SKIBSTED



**G**emmer du rester af ris eller pasta til næste dag? Hvis ja, så husk altid at nedkøle den varme ris og pasta straks. Nedkøling går hurtigst i små portioner, giv dem eventuelt et vandbad med iskoldt vand, så det går endnu hurtigere. Stil straks resterne i køleskabet. Ellers kan du risikere en madforgiftning med kvalme og opkastning, hvis du genbruger ris eller pastaen. Det kan komme mellem 1 og 5 timer, efter du har spist ris eller pasta fra dagen før.

Måske kender du allerede advarslerne om *Bacillus cereus* i ris. Mindre kendt er det, at pasta fra dagen før kan give problemer på samme måde som ris. Den sporedannende bakterie kan vokse frem og danne giftstoffer, når de kogte ris eller den kogte pasta gemmes. Hvis du vil gemme ris og pasta, er den hurtige nedkøling derfor vigtig, så kan du dagen efter spise resterne kolde i for eksempel en pastasalat. Hvis resterne skal bruges i en varm ret, skal de genopvarmes til mindst 75 grader, fordi bakterierne vokser mest mellem 15 og 50 grader.

**HAR FØRT TIL DØDSFALD.** Pasta, der først er blevet opbevaret ved stuetemperatur og derefter er blevet spist, har ført til dødsfald i blandt andet Belgien og Schweiz. I Schweiz døde i 1997 en 17-årig dreng af leversvigt efter at have spist genopvarmet pasta, som ikke havde været kølet ned. I 2009 i Belgien døde en 7-årig pige. Hun havde spist

pastasalat, der havde været gemt i køleskabet fra lørdag til mandag.

I Danmark rapporteres årligt om sygdomsudbrud forårsaget af *Bacillus cereus*. I 2016 var *Bacillus cereus* årsag til 2 procent af de rapporterede fødevarerborne sygdomsudbrud, viser tal fra Fødevareinstituttet. Norovirus var til sammenligning årsag til 36,7 procent, salmonella til 18,4 procent og campylobacter til 6,1 procent af de fødevarerborne sygdomsudbrud.

**KAN OVERLEVE BAGNING.** *Bacillus cereus*-sporer findes også i mel og kan overleve bagning. Vækst i brød og kager ses allerede efter 1-3 dage og kan føre til sygdom.

Det er derfor, konserveringsmiddel i brød kan være en god idé, for eksempel i toastbrød. Uden konserveringsmiddel er det klogt at bruge surdej.

Hvis du for eksempel selv bager store mængder, bør du fryse det brød ned, du ikke lige skal bruge, eller bruge surdej.

Brød bagt med surdej har lavere pH-værdi, og det forsinket eller forhindrer bakteriesporer i at vokse. *Bacillus cereus* har også dårligere vækstbetingelser i brød med lavt vandindhold.

Andre arter af *Bacillus cereus* kan give ulækkert brød ved opbevaring. Brødets indre bliver slimet og lugter grimt. Bryder man brødet, kan man trække lange tråde. Spis aldrig brød med trådtræk. ☹

## Sådan skal du behandle ris og pasta

- Del madresterne med ris og pasta op i små portioner, køl dem ned med vandbad, så er der ekstra sikkerhed for, at nedkølingen sker hurtigt.
- Sæt rester af ris og pasta i køleskabet, inden der er gået en halv time.
- Hvis resterne skal indgå i en varm ret, skal de varmes op til mindst 75 grader.